

Đời sống cũng như xã hội là một hỗn hợp, bao gồm nhiều người tốt lẫn người xấu. Nếu chúng ta chỉ yêu thích cái tốt, ghét cái xấu, nếu chúng ta để mình lệ thuộc vào cảm xúc, thì đời sống tình thân của mình rất dễ bị bệnh, bất an vì sự vui buồn của mình bị lệ thuộc vào những đời sống người khác trong xã hội, hoàn cảnh bên ngoài. Nếu mình có thể chấp nhận cái xấu cũng như cái tốt thì tất cả trí tuệ đời mình trở thành người chủ động. Tâm “không phân biệt”, “không chấp” sẽ là thanh gươm chém đứt những dây tơ phiền nhiễu nên nhàn đang cuốn quanh chúng ta. Tâm thanh thì thấy gì cũng vậy. Mình có thể tạo cho mình một đời sống an lạc, hạnh phúc giữa dòng đời trùng điệp khổ đau.

Người giàu có cái khổ của người giàu, người nghèo có cái khổ của người nghèo. Hãy can đảm phân tích, nhìn thẳng vào những phiền nhiễu đang cuộn trào sâu thẳm trong tâm mình. Sống thật đời là một cuộc chiến, đời có dai dẳng trong tâm, giữa những cơn mất, hôn thua, thăng bại, vinh nhục, hân danh, vô danh, vinh và lo âu... ít nhiều gì cái khổ cũng vẫn còn mãi với “Cái Tôi”, “Cái của Tôi”, “Cái Tôi Ngã Của Tôi”. Vì đời sống vật chất của họ, phần nhiều chúng ta không khổ vì nghèo đói mà vì ...tham, sân, si... Vì vậy nếu không có một sự buông bỏ, từ bỏ những vật chất tinh thần, tâm linh để làm điếm tử, để quay về những người khác, nếu cứ buông thả mình trôi lăn theo những cảm xúc vật chất, tham vọng, thì đời sống là một gánh nặng.

Không gánh nặng là người. Cảm thấy gánh nặng lên (chấp thủ) là khổ đau. Để gánh nặng xuống (buông xả) là hạnh phúc.

Đời sống của chúng ta là nơi kết quả những giây phút hiện tại, mọi bước chân chúng ta đi trên cuộc hành trình, chính là cuộc hành trình. Kinh Phật có dạy “không có con đường đi đến hạnh phúc, mà hạnh phúc chính là con đường” (There is no way to happiness, happiness is the way). Quá khứ đã qua, tương lai chưa đến. Với sự chân chính nào, chùa nào cũng khuyên khích phải từ bỏ ham muốn và suy nghĩ một cách sâu sắc về “Hạnh phúc hiện tại”. Hạnh phúc đang có trong từng giờ phút, trong từng bước chân chúng ta đi. Hạnh phúc không phải là một đích đến, phải đi đến đó xong rồi, mới có thể có an vui, hạnh phúc.

Cho nên ai chấp đời lúc gặp hay rời bỏ niềm Phật, cầu xin Đức Phật A Di Đà đến tiếp độ về cõi cực lạc thì đó là một quan niệm rất sai lầm. Đời sống đời khi khát nước mới đào giếng. Nếu trong đời sống hiện tại này lòng ta day dứt tham lam, sân hận mà mong mỏi khi chết Phật A Di Đà sẽ đến rước, sẽ bay vèo qua cõi cực lạc, đời này không thể có được. Cũng đời bao giờ chấp đời một ngày nào đó khi công việc đã xong, có nhiều tiền rồi, có nhà cửa rồi, con cái học hành xong rồi...lúc đó mới có thể có an vui, hạnh phúc. Nghĩ như vậy cũng không đúng. Để có một đời sống hạnh phúc, chúng ta hãy thanh hóa trong từng giờ phút, trong từng bước chân ngay

ngày hôm nay, dù đời đang gặp nhiều khó khăn, thiêu thiếu, khổ cực, đời mới thế bất đắc dĩ. Đây là pháp môn “Hiền tịnh Lạc Thú” hay “Hiền Pháp Lạc Trú”, tức là an trú trong tình yêu khoanh khoanh, tình ý nghĩ, tình việc làm, tình bất cứ đi trong đời sống hiện tại. Có nhiên chúng ta cũng có nhiều đức tính tốt đẹp, nhưng không nên để cho những việc tốt đẹp đi đến đời bất đắc dĩ, thiếu đức con người mình.

Tu đời làm gì? đời được gì? hãy “giải thoát” mình ra khỏi những trần trụi, khổ đau, phiền muộn trong giờ phút hiện tại này bằng cách khắc phục những sân hận và xóa tan những ý niệm bám víu vào “cái tôi” và tham dục.

Mục tiêu hiện hữu của con người và nguyện vọng là mong muốn có một đời sống an lạc, hạnh phúc. Thử phân tích cái khổ, phiền nhiễu chúng ta khổ vì ...mong muốn và nguyện vọng hiện hữu thế này, bất biến. Những “vô thường” (đổi thay) và “vô ngã” (không có tính, duyên hợp) là chân lý. Theo Đạo Phật thì nguyện vọng không có một thực thể riêng biệt, mà do duyên hợp, đời duyên thì tạo thành, hết duyên thì mất. Căn bản triết lý của Đạo Phật là chữ “Không” (Sự thực thì không, không thực thể sự). Chữ KHÔNG trong Đạo Phật không có nghĩa là đời lập với “CÓ”, mà là không đời, luôn biến đổi, thay đổi. Và nguyện vọng tạo thành nên sự hiện hữu rồi mong manh, có đó rồi mất đó, có cũng như không.

Chúng ta mong muốn những thân, tình yêu, danh vọng, tiền tài, sự nghiệp... sự tồn tại mãi mãi với thời gian, nên khi đời đổi mới và thay, với một mất chúng ta rồi là đau khổ. Nếu quán chiếu thực tại đời “khổ”, “vô thường” và “vô ngã” là chân lý, thì sự bất khổ.

Làm sao phát triển đức lòng từ bi? thế nào đức lòng đáng ghét? quý đức lòng đáng khinh? Phải suy nghĩ thế nào để thực tại đức “tính không”, để “không phân biệt”, không có thái độ và cảm xúc khác nhau trước cái tốt và cái xấu? Tuy nhiên thế nào để thực tại đức hiện hữu đức biếu thế là “không”, tất cả chỉ là cõi mộng, huyễn hoặc?

Kinh sách có đưa ra thí dụ về “sóng” và “nước đời diên”. Cả hai cùng có bản thể là nước, cái khác biệt là sự biến đổi hiện tại của nó. Sóng trôi lên, hợp xu hướng theo chuyển động của gió – mà thôi. Vì vậy với một hiện tượng, sóng và nước khác nhau, nhưng với một bản thể, sóng và nước như nhau. Con người trong xã hội cũng vậy, có hình thức, có tâm tính khác nhau vì nghiệp duyên khác nhau vì hoàn cảnh sống khác nhau, nhưng trong mỗi người đều có “tính bản thể”, máu của ai cũng màu đỏ, nước của ai cũng có vị mặn, ai cũng mong muốn hạnh phúc và sự khổ đau. Suy nghĩ một chút về những thí dụ này, chúng ta sẽ mở rộng lòng tha thứ, bao dung, để lòng mình.

Càng quan sát, càng phân tích mọi người, mọi việc chung quanh qua cái nhìn “cái tôi đang là” sẽ đưa tôi sẽ phân biệt, chúng hàng người này không giống tôi, người này tốt, người kia xấu, kẻ thù p hèn, người người cao thượng... sẽ phân biệt đưa tôi cảm xúc thương, ghét, ưa thích, khó chịu...” “Cái tôi” luôn chia rẽ giữa mình và người. Càng phân biệt, càng chấp, càng làm cho mình rời rạc, khó khăn, bất an, tình thế căng thẳng... Đời này làm cho mình mất đi sự bình yên nội tâm, mất đi khả năng “ sống tốt đẹp”, sống hạnh phúc giữa dòng đời diên đời.

Ai thấy rõ được những sự thật trên đời thì người đó sẽ tìm cách thoát mình, sẽ không bỏ lao chao vòng đời, trờm luân giữa dòng đời trùng điệp khổ đau. Đây là con đường đi tìm thấy thanh tịnh hay Niết Bàn thực gian.

Tóm lại cuộc đời này có ba điều lớn chính là KHỔ, VÔ THƯỜNG (luôn đời thay) VÀ VÔ NGÃ (không có thực thể riêng biệt mà do duyên hợp). Suy ngẫm thật kỹ những điều này sẽ giúp chúng ta có cái nhìn chính xác về cuộc đời và bản chất của cõi ta bà. Chúng ta luôn luôn tâm niệm ba điều đó thôi cũng giúp chúng ta thoát được vòng tay cảm dục của ma quỷ, khổ đau. Mình sống ở đây mà tâm mình không chấp ngã, không hèn thua, không dành gì và sống tốt đẹp, hiền hòa, tha thứ, bao dung, đời sống thì đó mình có an lạc, hạnh phúc, và sẽ hạnh phúc đó là có thực và vĩnh cửu.

Niết Bàn không phải là nơi chốn có không gian vật lý, cũng không phải là cảnh trí cõi vô hình, sau khi mất chúng ta mới có thể tiếp cận đó được. Niết Bàn cũng không phải là nơi dành riêng cho Trì Phệ thần thánh mà Niết Bàn có thực gian. Ai cũng có quyền đến đó để thực hành sống an lạc thanh tịnh, nếu chúng ta có được một tâm thanh tịnh tuy vậy, có một trí tuệ sáng suốt, không vướng mắc với cái “Tôi”, cái “Của Tôi” và cái “Tôi Ngã Của Tôi”. Khi cái bản được tận ngộ được tôn, sống với tâm xả ly, vô niệm, không phân biệt, không chấp, sẽ không còn biên giới giữa ta và người, tình thế sống sống bình an. Chúng ta sẽ tìm mát trong dòng hạnh phúc, sống tốt đẹp giữa cảnh đời trùng điệp khổ đau của nhân gian.

Đức Phật thành Đạo trên mặt đất, Ngài thực hành Niết Bàn ngay dưới cội Bồ Đề, ngay khi máu còn đang chảy, tim vẫn còn đập và hơi thở vẫn còn vào ra như bao người trên thế gian này. Chúng ta đang tìm Niết Bàn hay đang tìm Đóa Ngọc (trần gian), đang khổ đau hay đang hạnh phúc là do chúng ta thái độ, “chấp thủ” hay “buông xả” của chúng ta mà thôi.